

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Pengertian Regulasi Diri

Pada ilmu psikologi sebenarnya akar dari teori regulasi diri adalah teori Albert Bandura yaitu teori sosial kognitif. Teori sosial kognitif Bandura mengemukakan bahwa kepribadian seseorang dibentuk dari kognitif, perilaku, dan lingkungan. Kontrol atas berbagai rangsangan dari luar dinamakan regulasi diri. Tahapan – tahapan pembentukan regulasi diri setiap individu, ada beberapa proses yang dilewati dan mendasarinya agar setiap individu dapat mencapai tujuan yang diharapkan.¹

Secara Etimologi Regulasi Diri berasal dari bahasa inggris yakni *Self* yang berarti “diri” dan *Regulation* yang berarti “pengaturan”.² Sedangkan secara istilah Bandura menjelaskan bahwa Regulasi diri merupakan kemampuan manusia mengatur dirinya sendiri, mempengaruhi tingkah lakunya dengan cara mengatur lingkungan, menciptakan dukungan kognitif, serta mengadakan konsekuensi bagi tingkah lakunya sendiri. *Self regulation* merupakan kemampuan diri untuk mengatur perilaku dan tindakan, serta sebagai daya penggerak utama kepribadian manusia. Seseorang harus mampu mengatur perilaku sendiri guna mencapai tujuan yang diinginkan.

¹ Abdul Manab, Memahami Regulasi Diri: Sebuah Tinjauan Konseptual, SEMINAR ASEAN 2nd PSYCHOLOGY & HUMANITY © Psychology Forum UMM, 19 – 20 Februari 2016. Universitas muhammadiyah malang, hlm 8

² J.P Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi* (Penerjemah Kartini Kartono), jakarta : raja grafindo persada, 2006, hlm 380 dan 401

Memanager waktu dan mengontrol perilaku sehingga tujuan yang hendak dicapai dapat dioptimalkan dengan baik.³

Regulasi diri adalah proses di mana seseorang dapat mengatur kecapaian dan aksi mereka sendiri, menentukan target untuk mereka, mengevaluasi kesuksesan mereka saat mencapai target tersebut, dan memberikan penghargaan pada diri mereka sendiri karena telah mencapai tujuan tersebut.⁴ Regulasi diri tidak hanya mencakup kegiatan mencapai tujuan, tapi juga menghindari gangguan lingkungan dan impuls emosional yang dapat mengganggu perkembangan seseorang.⁵

Dari beberapa teori di atas, dapat disimpulkan bahwa regulasi diri merupakan proses dimana seseorang mampu memanipulasi pikiran dan tingkah lakunya untuk mencapai tujuan yang optimal dengan menentukan target pencapaian, dan melanjutkan setiap target yang akan dicapai.

1. Bentuk-bentuk Regulasi Diri

Brown dan Ryan mengemukakan beberapa bentuk regulasi diri yang berdasarkan pada teori determinasi diri, yaitu:

- a. *Amotivation Regulation*, Keadaan pada saat individu merasakan tidak adanya hubungan antara tindakan dan hasil dari tindakan tersebut. Individu yang berada pada posisi ini akan memiliki keinginan yang rendah untuk bertindak.

³ Chilmiiyyatul Musyrifah, “Pengaruh Metode Tutor Sebaya (Peer Tutoring) Dalam Meningkatkan Self Regulation Siswa” Skripsi Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Dan Kesehatan (Surabaya: UIN Sunan Ampel, 2016), hlm. 20

⁴ Howard S. Friedman Dan Miriam W. Schustack, *Kepribadian Teori Klasik Dan Riset Modern Edisi Ketiga* (Surabaya: Erlangga, 2008), hlm. 248

⁵ Lawrence A. Pervin, Daniel Pervone, Dan Oliver P. John, *Psikologi Kepribadian Teori Dan Penelitian* (Jakarta: Kencana Prenada Media Grup, 2010), hlm. 462

- b. *Eksternal Regulation*, Perilaku diri seseorang yang dipengaruhi oleh adanya faktor dari luar berupa hadiah dan batasanbatasan. Perilaku yang ditampilkan bukan dari keinginan diri sendiri, tetapi dikontrol oleh sumber lain. Seperti adanya rasa berkewajiban atau tekanan.
- c. *Introjected Regulation*, Individu menjadikan motivasi di luar dirinya sebagai motivasi dirinya melalui proses tekanan internal, seperti rasa cemas dan adanya perasaan bersalah.
- d. *Identified Regulation*, Perilaku muncul sebagai pilihan pribadi bukan untuk kepuasan dan kesenangan, tetapi untuk mencapai suatu tujuan. Individu merasakan dirinya dioarahkan oleh tujuan.
- e. *Intrinsically Motivated Behavior*, Muncul secara sukarela tanpa adanya keterkaitan dengan faktor eksternal karena individu merasa suatu aktivitas bernilai.⁶

2. Aspek Regulasi diri

Menurut Bandura, menjelaskan bahwa aspek-aspek *self regulation* terdiri dari 6 aspek, yaitu:

- a. Standar dan tujuan yang ditentukan sendiri (*Self Determinet standart and Goals*) Sebagaimana manusia yang mengatur diri, cenderung memiliki standar-standar yang umum bagi perilaku. Standar yang menjadi kriteria untuk mengevaluasi performa dalam situasi spesifik. Membuat tujuan-tujuan tertentu

⁶ Lisya Chairani, Dan M.A. Subandi, *Psikologi Penghafal Al-Qur'an (Peranan Regulasi Diri)*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010), hlm. 32-33

- yang dianggap bernilai dan menjadi arah dan sasaran perilaku seseorang. Memenuhi standar-standar dan meraih tujuan-tujuan yang memberi kepuasan (*self satisfaction*), meningkatkan *self-efficacy*, dan memacu seseorang untuk meraih lebih besar lagi.
- b. Pengaturan Emosi (*Emosional Regulated*) Yaitu selalu menjaga atau mengelola setiap perasaan seperti amarah, dendam, kebencian, atau kegembiraan yang berlebihan agar tidak menghasilkan respon yang kontraproduktif, pengaturan emosi yang efektif sering melibatkan 2 cabang.
 - c. Instruksi Diri (*Self-instruction*) Instruksi yang seseorang berikan kepada dirinya sendiri sembari melakukan sesuatu yang kompleks, kmemberi sarana untuk mengingatkan diri mereka sendiri tentang tindakan-tindakan.
 - d. Monitoring Diri (*Self Monitoring*) Bagian penting selanjutnya adalah mengamati diri sendiri saat sedang melakukan sesuatu atau sebuah observasi diri. Agar membuat kemajuan ke arah tujuan-tujuan yang penting, seseorang harus sadar tentang seberapa baik yang sedang dilakukan. Dan membuat kemajuan kearah tujuan-tujuan tertentu, lebih mungkin melanjutkan usaha-usaha.
 - e. Evaluasi Diri (*Self-Evaluation*) Setiap apa yang kita lakukan dimanapun kita berada perilaku kita akan dinilai oleh orang lain, meski demikian agar seseorang mampu mengatur dirinya sendiri seseorang harus bisa menilai perilakunya sendiri dengan kata lain seseorang itu akan melakukan evaluasi.

f. Kontingensi yang ditetapkan diri sendiri (*Self imposed Contingencies*) Ketika seseorang menyelesaikan sesuatu yang telah dirancang sebelumnya, khususnya jika tugas tersebut rumit dan menantang seseorang itu akan merasa bangga pada dirinya sendiri dan memuji dirinya atas keberhasilan yang dia capai. Sebaliknya ketika gagal menyelesaikan sebuah tugas, seseorang akan merasa tidak senang dengan performanya sendiri, merasa menyesal atau malu, oleh karena itu penguatan atau hukuman yang ditetapkan sendiri yang menyertai suatu perilaku itu sangat penting.⁷

3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Regulasi Diri

a. Faktor Internal

Faktor-faktor internal regulasi diri menurut Bandura menyebutkan tiga kebutuhan, yaitu:

- 1) Observasi Diri Performa itu harus diperhatikan oleh seseorang dalam observasi diri, walaupun perhatian tersebut belum tentu tuntas dan akurat. Sehingga seseorang harus selektif terhadap beberapa aspek perilakunya. Dengan observasi diri, seseorang akan tahu tentang seberapa besar dan sedikitnya perubahan kemajuan dalam dirinya. Hal ini mencakup nilai kualitas dan kuantitas.
- 2) Proses Penilaian, Proses penilaian akan membantu seseorang dalam meregulasi perilaku seseorang melalui proses mediasi kognitif. Seseorang

⁷ Chilmiiyyatul Musyrifah, “Pengaruh Metode Tutor Sebaya (*Peer Tutoring*) Dalam Meningkatkan *Self Regulation* Siswa” Skripsi Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Dan Kesehatan (Surabaya: UIN Sunan Ampel, 2016), hlm. 25-26

tidak hanya mampu untuk menyadari dirinya secara selektif, tetapi juga menilai seberapa berharga tindakannya yang dia buat untuk dirinya sendiri. Seseorang bisa membandingkan hasil yang ia peroleh dengan hasil yang diperoleh orang lain dengan standart pribadi, performa rujukan, pemberian nilai pada kegiatan, dan atribusi pada penampilan.

- 3) Reaksi Diri, Manusia memiliki standar performa untuk menilai dirinya. Reaksi diri merupakan respon negatif maupun positif terhadap hasil pencapaian. Manusia menciptakan inisiatif tindakannya melalui penguatan diri (*reward*) dan hukuman diri (*punishment*).⁸

b. Faktor Eksternal

Faktor eksternal yang mempengaruhi regulasi diri ada dua bagian, yaitu:

- 1) Standar untuk mengevaluasi perilaku diri sendiri. Standar ini muncul tidak hanya dari dorongan internal, tetapi faktor lingkungan yang berinteraksi dengan pengaruh personal, membentuk standar individual yang digunakan untuk evaluasi. Untuk prinsip dasar, peran orang tua sangat penting dalam mempengaruhi standar personal anak. Pola asuh dan pendidikan yang nantinya akan membentuk kualitas dan potensi anak untuk mengembangkan dirinya. Jadi, ada hubungan sebab akibat dari faktor personal seseorang dengan dorongan dari lingkungan yang memiliki peran.

⁸ Jess Feist Dan Gregory J. Feist, *Teori Kepribadian Ed. 7* (Jakarta: Salemba Humanika, 2010), Hal. 220-222

- 2) Menyediakan cara untuk mendapatkan penguatan (*reinforcement*). *Reward* akan diberikan setelah menyelesaikan tujuan tertentu. Selain itu, dukungan lingkungan berupa sumbangan materi atau pujian dan dukungan dari orang lain juga diperlukan sebagai bentuk penghargaan kecil yang didapat setelah menyelesaikan sebagian tujuan.⁹
- c. Faktor *Transcendental*, Faktor *transcendental* dipengaruhi oleh adanya kehadiran Tuhan dalam proses penjagaan yang memberi kekuatan kepada seseorang untuk meregulasi diri, baik bersifat internal maupun eksternal. Faktor ini berupa niat dan tujuan yang murni semata-mata hanya kepada Tuhan Yang Maha Esa (YME).¹⁰

B. Pengertian Regulasi Diri Dalam Belajar (*Self Regulated Learning*)

Istilah *self regulated learning* berkembang dari teori kognisi sosial Bandura Menurut teori kognisi sosial, manusia merupakan hasil struktur kausal yang interdependen dari aspek pribadi (*Person*), perilaku (*Behavior*), dan lingkungan (*Environment*) Ketiga aspek ini merupakan aspek-aspek determinan dalam *Self Regulated Learning*. Ketiga aspek determinan ini saling berhubungan sebab – akibat, dimana *Person* berusaha untuk meregulasi diri sendiri (*Self Regulated*), hasilnya

⁹ Ibid, Hal 219-220

¹⁰ Lisy Chairani Dan M.A.Subandi. Op. Cit, Hal. 263-264

berupa kinerja atau perilaku, dan perilaku ini berdampak pada perubahan lingkungan, dan demikian seterusnya.¹¹

Menurut Zimmerman regulasi diri dirujuk kepada pikiran, perasaan dan tindakan terencana dan secara ikhlas disesuaikan dengan upaya pencapaian tujuan pribadi.¹² Menurutnya regulasi diri mencakup tiga aspek yang diaplikasikan dalam belajar, yaitu *metakognitif*, motivasi dan perilaku. Lebih lanjut Zimmerman mendefinisikan *Self Regulated Learning* sebagai kemampuan siswa untuk berpartisipasi aktif dalam proses belajarnya, baik secara metakognitif, secara motivasional dan secara behavioral. Secara metakognitif, individu yang meregulasi diri merencanakan, mengorganisasi, mengintruksi diri, memonitor dan mengevaluasi dirinya dalam proses belajar. Secara motivasional, individu yang belajar merasa bahwa dirinya kompeten, memiliki keyakinan diri (*Self Efficacy*) dan memiliki kemandirian. Sedangkan secara behavioral, individu yang belajar menyeleksi, menyusun, dan menata lingkungan agar lebih optimal dalam belajar.¹³

Menurut Santrock *Self Regulated Learning* atau pembelajaran regulasi diri adalah memunculkan dan memonitor sendiri pikiran, perasaan, dan perilaku untuk mencapai tujuan. Tujuan ini bisa jadi berupa tujuan akademik (meningkatkan pemahaman dalam membaca, menjadi penulis yang baik, belajar perkalian,

¹¹ Omrod, Jeanne Ellis. *Psikologi Pendidikan Membantu Siswa Tumbuh dan Berkembang Jilid 2*. (Penerjemah: Amitya Kumara). Jakarta: Erlangga 2009. hlm 38

¹² Lisy Chairani & Subandi, *Psikologi Santri Penghafal Al-Qur'an, Peranan Regulasi Diri*, Yogyakarta, Pustaka Pelajar, 2010, hlm 28

¹³ Zimmerman, B.J. *Menjadi Pelajar Mandiri : Gambaran Teori dalam Praktik*, Jakarta : Erlangga 2002, hlm 64-70.

mengajukan pertanyaan yang relevan), atau tujuan sosioemosional (mengontrol kemarahan, belajar akrab dengan teman sebaya). Ormrod menambahkan *Self Regulated Learning* adalah pengaturan terhadap proses-proses kognitif sendiri agar belajar sukses. Dapat disimpulkan bahwa *Self Regulated Learning* adalah proses yang membantu siswa dalam mengelola pikiran mereka, perilaku, dan emosi untuk sukses mencapai tujuan belajar mereka.¹⁴

Menurut Schunk dan Ertmer (dalam Ghufron, 2011) pengelolaan diri atau *Self Regulation* merupakan proses yang berputar. Gambaran proses berputar ini dilukiskan oleh Zimmerman dengan tiga tahap model pengelolaan. Pertama, *Forethought Phase* (pemikiran sebelumnya), yaitu performansi aktual yang mendahului dan berkenaan dengan proses pengumpulan langka untuk suatu tindakan. Kedua, *Performance (Volitional) Control Phase*, yaitu mencakup proses yang terjadi sebelum belajar yang memengaruhi perhatian dan perilaku. Ketiga, selama *Self Reflection Phase* terjadi setelah performansi individu merespons pada usahanya.¹⁵ Regulasi diri belajar adalah proses dimana siswa mengaktifkan dan mempertahankan kognisi, perilaku, dan perasaan yang mana secara sistematis diorientasikan pada pencapaian tujuan mereka.¹⁶

¹⁴ Santrock, John W , *Psikologi Pendidikan*, Jakarta :Kencana, 2008 hlm 528.

¹⁵ M Nur Ghufron, Rini Risnawita S, *Teori-Teori Psikologi*, Yogyakarta : Ar Ruzz Media 2011,hlm 57.

¹⁶ Romulus Akyan Rasman Naibaho, *Hubungan Antara Regulasi Diri Dalam Belajar Dengan Rencana Pemilihan Karier Pada Siswa Kelas Xi Di Sma Negeri 11 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018*,(Skripsi Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung Bandar Lampung, 2018)

Regulasi diri dalam belajar yang baik akan sangat membantu siswa dalam menyusun segala bentuk perencanaan. Baik perencanaan dalam lingkungan masyarakat, dalam lingkup sekolah dan pembelajaran bahkan dalam lingkup merencanakan pemilihan karir. Oleh sebab itu, perencanaan yang baik dalam proses pembelajaran akan sangat membantu siswa dalam mencapai hasil belajar yang baik sehingga memiliki perencanaan yang baik dalam menyusun suatu hal yang ingin dicapai oleh dirinya. Regulasi diri merupakan faktor yang sangat penting dalam membuat suatu perencanaan, karna regulasi diri berperan dalam menentukan pencapaian perencanaan yang diharapkan. Namun pada kenyataannya, tidak semua siswa memahami dan menyadari pentingnya regulasi diri , utamanya regulasi diri dalam belajar untuk mencapai hasil perencanaan yang baik, sehingga yang terjadi pada siswa hanya pencapaian yang seadanya dari hasil belajar yang seadanya pula.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa, *Self Regulated Learning* merupakan proses dimana individu yang belajar secara aktif sebagai pengatur proses belajarnya sendiri, mulai dari merencanakan, memantau, mengontrol dan mengevaluasi dirinya secara sistematis untuk mencapai tujuan dalam belajar, dengan menggunakan berbagai strategi baik kognitif, motivasional maupun behavioral. Dapat dikatakan bahwa semakin baik *Self Regulated Learning*, maka akan semakin baik hasil prestasi yang dapat dicapai. Sebaliknya, jika siswa memiliki *Self Regulated Learning* yang rendah, maka kurang dapat melakukan perencanaan, pemantauan, evaluasi pembelajaran dengan baik, kurang mampu melakukan pengelolaan potensi

dan sumber daya yang baik dan sebagainya, sehingga hasil dari belajarnya tidak optimal, sesuai dengan potensi diri yang dimilikinya.

1. Fase-fase *Self Regulated Learning*

Self-regulated learning mencakup proses-proses di bawah ini, dimana proses-proses *Self Regulated Learning* ini pada dasarnya bersifat metakognitif :

- a. Penetapan tujuan (*Goal setting*) siswa yang mengatur diri tahu apa yang ingin dicapai ketika membaca atau belajar. siswa mengaitkan tujuan-tujuan dalam mengerjakan suatu aktivitas belajar dengan tujuan dan cita-cita jangka panjang.
- b. Perencanaan (*Planning*) siswa yang mengatur diri sebelumnya sudah menentukan bagaimana baiknya menggunakan waktu dan sumber daya yang tersedia untuk tugas-tugas belajar.
- c. Motivasi Diri (*Self-motivation*) siswa yang mengatur diri biasanya memiliki efficacy diri yang tinggi akan kemampuannya dalam menyelesaikan suatu tugas belajar dengan sukses.
- d. Kontrol Atensi (*Attention control*) siswa yang mengatur diri berusaha memfokuskan perhatian pada pelajaran yang sedang berlangsung dan mengosongkan pikiran dari hal-hal lain yang mengganggu.
- e. Penggunaan strategi belajar yang fleksibel (*flexible use of learning strategies*). siswa yang mengatur diri memiliki strategi belajar yang berbeda tergantung tujuan-tujuan spesifik yang ingin di capai. Sebagai contoh siswa membaca sebuah artikel majalah tergantung pada apakah siswa membacanya hanya sekedar hiburan atau sebagai persiapan ujian.

- f. Monitor diri (*self monitoring*). Siswa yang mengatur diri terus memonitor kemajuan dirinya dalam kerangka tujuan yang telah ditetapkan, dan siswa mengubah strategi belajar atau memodifikasi tujuan bila dibutuhkan.
- g. Mencari bantuan yang tepat (*appropriate help seeking*). Siswa yang benar-benar mengatur diri tidak selalu harus berusaha sendiri. Sebaliknya, siswa menyadari bahwa dirinya membutuhkan orang lain dan mencari bantuan semacam itu. Siswa khususnya mungkin meminta bantuan yang akan memudahkan mereka bekerja secara mandiri dikemudian hari.
- h. Evaluasi diri (*self evaluation*). Siswa yang mampu mengatur diri menentukan apakah yang dipelajari itu telah memenuhi tujuan awal atau belum. Idealnya siswa juga menggunakan evaluasi diri untuk menyesuaikan penggunaan berbagai strategi belajar dalam kesempatan-kesempatan dikemudian hari.¹⁷

C. Pengertian Prestasi

Sumadi Suryabrata mengemukakan bahwa “Prestasi belajar adalah nilai yang merupakan perumusan terakhir yang dapat diberikan oleh guru mengenai kemajuan/prestasi belajar selama masa tertentu”.¹⁸ Nana Sudjana mengemukakan bahwa “Prestasi belajar merupakan hasil-hasil belajar yang dicapai oleh siswa dengan kriteria-kriteria tertentu”.¹⁹ Sementara itu Nasution berpendapat bahwa “Prestasi belajar adalah kesempurnaan yang dicapai seseorang dalam berfikir, merasa

¹⁷ Omrod, Jeanne Ellis. *Psikologi Pendidikan Membantu Siswa Tumbuh dan Berkembang Jilid 2*. (Penterjemah: Amitya Kumara). Jakarta: Erlangga 2009. hlm 3

¹⁸ Sumadi suryabrata, *Psikologi Pendidikan*, Jakarta : PT Raja Grafindo Persada 2007. hlm 297

¹⁹ Nana Sudjana, *Pengantar Evaluasi Pendidikan*. Bandung: Raja Grafindo Persada 2006, hlm 3

dan berbuat". Prestasi belajar dikatakan sempurna apabila memenuhi tiga aspek yakni: kognitif, afektif, dan psikomotor, sebaliknya dikatakan prestasi belajar kurang memuaskan jika seorang belum mampu memenuhi target ketiga kriteria tersebut.²⁰

Berdasarkan pengertian di atas, maka dapat dijelaskan bahwa prestasi belajar merupakan tingkat kemanusiaan yang dimiliki siswa dalam menerima, menolak, dan menilai informasi-informasi yang diperoleh dalam proses belajar mengajar. Prestasi belajar seseorang sesuai dengan tingkat keberhasilan sesuatu dalam mempelajari materi pelajaran yang dinyatakan dalam bentuk nilai setelah mengalamikan proses belajar. Prestasi dapat diketahui apabila seseorang telah melalui tahap evaluasi. Dari hasil evaluasi tersebut dapat memperlihatkan tentang tinggi rendahnya prestasi yang diperoleh oleh seseorang.

Muhibbin Syah berpendapat bahwa prestasi belajar pada dasarnya merupakan hasil belajar atau hasil penilaian yang menyeluruh, dengan meliputi:

- 1) Prestasi belajar dalam bentuk kemampuan pengetahuan dan pengertian. Hal ini juga meliputi: ingatan, pemahaman, penegasan, sintesis, analisis dan evaluasi.
- 2) Prestasi belajar dalam bentuk keterampilan intelektual dan keterampilan sosial.
- 3) Prestasi belajar dalam bentuk sikap atau nilai.²¹

Berdasarkan pengertian tersebut, dapat disimpulkan bahwa prestasi belajar adalah hasil yang dicapai oleh seorang pelajar/siswa yang mencakup aspek ranah kognitif, afektif dan psikomotor. Prestasi ditunjukkan dengan nilai yang diberikan dosen setelah melalui kegiatan belajar selama periode tertentu.

²⁰ S Nasution, *Didaktik Asas-asas Mengajar*. Jakarta: Bumi Aksara 2000. hlm 162

²¹ Muhibbin Syah, *Psikologi Pendidikan dengan Pendekatan Baru*, Bandung: PT Remaja Rosda Karya, 2008. hlm 149

Prestasi belajar siswa pada dasarnya merupakan hasil akhir yang diharapkan dapat diraih setelah adanya usaha belajar siswa. Sedangkan hasil belajar atau prestasi belajar menurut Bloom yang dikutip dalam muhammad yaumi bahwa hasil belajar dapat diklasifikasikan ke dalam tiga ranah yang dalam hal ini yaitu ranah kognitif, afektif, dan psikomotorik. Taksonomi Bloom mengalami dua kali perubahan perubahan yaitu Taksonomi yang dikemukakan oleh Bloom sendiri dan Taksonomi yang telah direvisi oleh Andreson dan KartWohl. Untuk pembahasan masing-masing dijelaskan sebagai berikut :

1. Ranah Kognitif

Tujuan kognitif atau Ranah kognitif adalah ranah yang mencakup kegiatan mental (otak). Menurut Bloom, segala upaya yang menyangkut aktifitas otak adalah termasuk dalam ranah kognitif. Dalam ranah kognitif itu terdapat enam jenjang proses berfikir, mulai dari jenjang terendah sampai jenjang yang tertinggi yang meliputi 6 tingkatan dan masing-masing tingkatan yakni sebagai berikut :²²

BLOOM TAKSONOMI	
Pengetahuan	Peserta didik yang bekeja pada tingkat ini hanya berkisar pada mengingat atau menghapal informasi dari yang konkret ke informasi yang abstrak.
Pemahaman	Pada tingkat ini, peserta didik mampu mengerti dan mmbuat rangkaian sari sesuatu yang dikomunikasikan.

²² Muhammad yaumi, *Prinsip-Prinsip Desain Pembelajaran (Disesuaikan Dengan Kurikulum 2013)*, jakarta : kencana 2013. hlm 90

Aplikasi	Peserta didik dapat menerapkan konsep yang sesuai dengan abstraksi dari suatu masalah atau situasi sekalipun tidak diminta untuk melakukannya.
Analisis	Peserta didik dapat memilah dan membagi materi ke dalam beberapa bagian dan mampu mendefinisikan hubungan antara bagian-bagian tersebut.
Sintetis	Peserta didik menciptakan produk, menggabungkan bagian-bagian dari pengalaman sebelumnya dengan bagian-bagian yang baru untuk menciptakan keseluruhan bagian.
Evaluasi	Peserta didik memberikan keputusan terhadap nilai dari suatu materi pembelajaran, argumen, atau pandangan yang berkenaan dengan sesuatu yang diketahui, dipahami, dilakukan, dinalisis, dan dihasilkan.

2. Ranah Afektif

Ranah Afektif mencakup segala sesuatu yang terkait dengan emosi, misalnya perasaan, nilai, penghargaan, semangat, minat, motivasi, dan sikap. Lima kategori ranah ini diurutkan mulai dari perilaku yang sederhana hingga yang paling kompleks

:

a. Penerimaan (*Receiving*) – A1

Mengacu kepada kemampuan memperhatikan dan memberikan respon terhadap stimulasi yang tepat. Penerimaan merupakan tingkat hasil belajar terendah dalam domain afektif. Dan kemampuan untuk menunjukkan atensi dan penghargaan terhadap orang lain. Contoh: mendengar pendapat orang lain, mengingat nama seseorang.

b. Tanggapan (*Responding*) – A2

Satu tingkat di atas penerimaan. Dalam hal ini siswa menjadi terlibat secara afektif, menjadi peserta dan tertarik. Kemampuan berpartisipasi aktif dalam pembelajaran dan selalu termotivasi untuk segera bereaksi dan mengambil tindakan atas suatu kejadian. Contoh: berpartisipasi dalam diskusi kelas

c. Nilai yang dianut (*Value*) – A3

Mengacu kepada nilai atau pentingnya kita menterikatkan diri pada objek atau kejadian tertentu dengan reaksi-reaksi seperti menerima, menolak atau tidak menghiraukan. Tujuan-tujuan tersebut dapat diklasifikasikan menjadi “sikap dan apresiasi”. Serta Kemampuan menunjukkan nilai yang dianut untuk membedakan mana yang baik dan kurang baik terhadap suatu kejadian/obyek, dan nilai tersebut diekspresikan dalam perilaku. Contoh: Mengusulkan kegiatan *Corporate Social Responsibility* sesuai dengan nilai yang berlaku dan komitmen perusahaan.

d. Organisasi (*Organization*) – A4

Mengacu kepada penyatuan nilai, sikap-sikap yang berbeda yang membuat lebih konsisten dapat menimbulkan konflik-konflik internal dan membentuk suatu sistem

nilai internal, mencakup tingkah laku yang tercermin dalam suatu filsafat hidup. Dan Kemampuan membentuk system nilai dan budaya organisasi dengan mengharmonisasikan perbedaan nilai. Contoh: Menyepakati dan mentaati etika profesi, mengakui perlunya keseimbangan antara kebebasan dan tanggung jawab.

e. Karakterisasi (*characterization*) – A5

Mengacu kepada karakter dan daya hidup seseorang. Nilai-nilai sangat berkembang nilai teratur sehingga tingkah laku menjadi lebih konsisten dan lebih mudah diperkirakan. Tujuan dalam kategori ini ada hubungannya dengan keteraturan pribadi, sosial dan emosi jiwa. Dan Kemampuan mengendalikan perilaku berdasarkan nilai yang dianut dan memperbaiki hubungan intrapersonal, interpersonal dan social. Contoh: Menunjukkan rasa percaya diri ketika bekerja sendiri, kooperatif dalam aktivitas kelompok.²³

3. Ranah Psikomotorik

Ranah Psikomotorik meliputi gerakan dan koordinasi jasmani, keterampilan motorik dan kemampuan fisik. Keterampilan ini dapat diasah jika sering melakukannya. Perkembangan tersebut dapat diukur sudut kecepatan, ketepatan, jarak, cara/teknik pelaksanaan. Ada beberapa kategori dalam ranah psikomotorik mulai dari tingkat yang sederhana hingga tingkat yang rumit.

²³ Muhammad yaumi, *Prinsip-Prinsip Desain Pembelajaran (Disesuaikan Dengan Kurikulum 2013)*, jakarta : kencana 2013. hlm 93

a. Peniruan – P1

Terjadi ketika siswa mengamati suatu gerakan. Mulai memberi respons serupa dengan yang diamati. Mengurangi koordinasi dan kontrol otot-otot saraf. Peniruan ini pada umumnya dalam bentuk global dan tidak sempurna.

b. Manipulasi – P2

Menekankan perkembangan kemampuan mengikuti pengarahan, penampilan, gerakan-gerakan pilihan yang menetapkan suatu penampilan melalui latihan. Pada tingkat ini siswa menampilkan sesuatu menurut petunjuk-petunjuk tidak hanya meniru tingkah laku saja.

c. Ketetapan – P3

Memerlukan kecermatan, proporsi dan kepastian yang lebih tinggi dalam penampilan. Respon-respon lebih terkoreksi dan kesalahan-kesalahan dibatasi sampai pada tingkat minimum.

d. Artikulasi – P4

Menekankan koordinasi suatu rangkaian gerakan dengan membuat urutan yang tepat dan mencapai yang diharapkan atau konsistensi internal di antara gerakan-gerakan yang berbeda.

f. Pengalamiahan – P5

Menurut tingkah laku yang ditampilkan dengan paling sedikit mengeluarkan energi fisik maupun psikis. Gerakannya dilakukan secara rutin. Pengalamiahan merupakan tingkat kemampuan tertinggi dalam domain psikomotorik.²⁴

D. Prestasi Akademik

Prestasi akademik merupakan perubahan dalam hal kecakapan tingkah laku, ataupun kemampuan yang dapat bertambah selama beberapa waktu dan tidak disebabkan proses pertumbuhan, tetapi adanya situasi belajar. Perwujudan bentuk hasil proses belajar tersebut dapat berupa pemecahan lisan maupun tulisan, dan keterampilan serta pemecahan masalah langsung dapat diukur atau dinilai dengan menggunakan tes yang berstandar.²⁵

Prestasi akademik adalah istilah untuk menunjukkan suatu pencapaian tingkat keberhasilan tentang suatu tujuan karena suatu usaha belajar telah dilakukan oleh seseorang secara optimal.

Menurut Suryabrata yang dikutip dalam Sobur (2006) bahwa prestasi akademik merupakan suatu penilaian hasil pendidikan, dimana untuk mengetahui pada waktu dilakukannya penilaian sejauh manakah anak didik setelah ia belajar dan berlatih dengan sengaja. Dimana, perwujudan bentuk hasil proses belajar tersebut dapat

²⁴ Muhammad yaumi, *Prinsip-Prinsip Desain Pembelajaran (Disesuaikan Dengan Kurikulum 2013)*, Jakarta : Kencana 2013. hlm 99

²⁵ Alex Sobur, *Psikologi Umum*, Bandung: Pustaka Setia 2006. hlm 55

berupa pemecahan lisan maupun tulisan, dan keterampilan serta pemecahan masalah langsung dapat diukur atau dinilai dengan menggunakan tes yang terstandar.²⁶

Dari beberapa pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa prestasi akademik adalah hasil yang telah dicapai oleh peserta didik setelah melakukan proses pembelajaran dalam bentuk nilai baik dari lisan maupun tulisan dan hasil tersebut diukur melalui tes yang telah ditentukan.

Banyak faktor yang dapat mempengaruhi prestasi akademik individu. Menurut Soemanto menyatakan faktor yang mempengaruhi prestasi dan tingkah laku individu adalah:

- 1) Konsep diri, Pikiran atau persepsi individu tentang dirinya sendiri, merupakan faktor yang penting mempengaruhi prestasi dan tingkah laku
- 2) *Locus of Control*, Dimana individu merasa melihat hubungan antara tingkah laku dan akibatnya, apakah dapat menerima tanggung jawab atau tidak atas tindakannya. *Locus of control* mempunyai dua dimensi, yakni dimensi eksternal dan dimensi internal. Dimensi eksternal akan menganggap bahwa tanggung jawab segala perbuatan berada di luar diri pelaku. Sedangkan dimensi internal melihat bahwa tanggung jawab segala perbuatan berada pada diri si pelaku. Individu yang memiliki *locus of control* eksternal memiliki kegelisahan, kecurigaan dan rasa permusuhan. Sedangkan individu yang memiliki *locus of control* internal suka bekerja sendiri dan efektif.
- 3) Kecemasan yang Dialami, Kecemasan merupakan gambaran emosional yang dikaitkan dengan ketakutan. Dimana dalam proses belajar mengajar, individu memiliki derajat dan jenis kegelisahan yang berbeda.
- 4) Motivasi Hasil Belajar, Jika motivasi individu untuk berhasil lebih kuat daripada motivasi untuk tidak gagal, maka individu akan segera merinci kesulitan-kesulitan yang dihadapinya. Sebaliknya, jika motivasi individu untuk tidak gagal lebih kuat, individu akan mencari soal yang lebih mudah atau lebih sukar.²⁷

²⁶ Ibid, hlm 59

²⁷ Soemanto, Wasty. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta. 2006 . hlm 17

Berdasarkan uraian di atas dapat diketahui bahwa banyak ada beberapa faktor yang mempengaruhi prestasi akademik seseorang, faktor tersebut dapat berupa tingkah laku atau konsep diri individu, kecemasan yang sering dialami, dan motivasi nya dalam belajar baik motivasi dari internal maupun motivasi eksternal